

In memoriam Kármán Judit (1933–2011)



Kármán Judit 1996 júliusában, a család tulajdona

A ritmikus gimnasztika atyja, Emile Jaques-Dalcroze sokszor hangsúlyozta, hogy módszerének lényegét csak azok érthetik meg, akik belülről közelítenek hozzá, azaz személyesen is kipróbálják és átélik azt.¹ A Budai Táncklubban, népszerű nevén a „Kapás utcában” Berczik Sára és Hajós Klára óráin az én generációm még megtapasztalhatta ennek az egyedülálló zene- és mozgáspedagógiai módszernek a személyiségre gyakorolt hatásait. A két debreceni mozdulatművész, mesternő és tanítványa, a húszas években különböző külföldi és magyar iskolákban ismerkedett meg Isadora Duncan, Elisabeth (ismertebb nevén: Bess) Mensendieck és Dalcroze mozgásrendszerével. Berczik Sára 1932-ben saját iskolát nyitott Budapesten, ahol először tanítványa, majd hosszú évekre munkatársa lett Hajós Klára. Módszerük azonos alapokra épült, az anatómiai szempontból pontos és differenciált, ritmikailag igényes és változatos gyakorlatokat élő zenével, zongorakísérettel végeztük. A gyökerek közösek voltak, de mindkét tanár, a mozdulatművészet többi nagy egyéniségéhez hasonlóan, egyéni, senki mással össze nem téveszthető stílust dolgozott ki.

Az esztétikus gimnasztika² az évek során nélkülözhetetlen része lett az életemnek, de igazán Klári néni, majd Sári néni halálakor tudatosodott bennem, mekkora veszteség a műfaj eltűnése. Megpróbáltam megfogalmazni, először a magam számára, hogy mi ennek a mozgásnak a sajátossága, és minél többet tudtam meg róla, annál világosabbá vált, hogy hihetetlenül gazdag és izgalmas múlt áll mögötte, melynek tárgyi és szellemi értékeit meg kell őrizni. Keresni kezdtem a tanúkat: táncművészeket, tanárokat, tanítványokat, és kiderült, hogy léteznek még műhelyek a Kapás utcán kívül is, ahol a mozdulatművészet különféle irányzatai alapján tanítanak mozgást. Az egyik ilyen műhelyben, az Orkesztika Alapítvány Mozdulatművészeti Stúdiójában találkoztam 2006 tavaszán először Kármán Judittal, az Egészségügyi Főiskola Fizioterápiai Tanszékének adjunktusával, aki akkor táncosoknak tartott alapozó tréninget.

¹ Marie-Laure BACHMANN: *Dalcroze Today: An Education Through and Into Music*. Oxford, Clarendon, 1993. 23.

² Berczik Sára így nevezte mozdulatművészeti rendszerét.

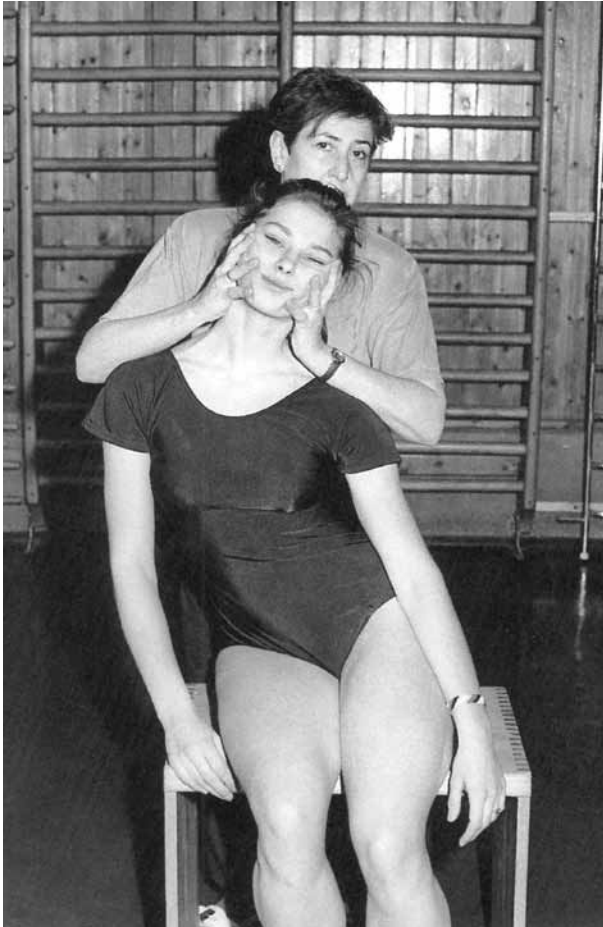
Kármán Judit többféle mozgásrendszer tapasztalatának birtokában fordult a gyógyító mozgás felé. Közvetlenül a második világháború után Kállai Lili, majd Berczik Sára magániskolájában tanult. 1948-ban részt vett az utolsó mozdulatművészeti tanárképző tanfolyamon, ahol többek között Berczik Sára, Szentpál Olga, Szentpál Mária, Hirschberg Erzsébet, Rábai Miklós, Molnár István, Szalay Karola tanította. Az 1949-ben kapott, nyilvános tánctanításra jogosító diplomát azonban félre kellett tennie, hiszen a magániskolákat megszüntették, az állami oktatásból pedig kiszorították a műfajt.³ Ekkor ő még nem akart elszakadni a tánctól: először a néptánc irányába indult. Több tanfolyam elvégzése után felvették az Államvédelmi Hatóság táncgyűttesébe, emellett színházi fellépéseket és oktatást is vállalt. Később művészitorna- és balettoktatói oklevelet szerzett, mégsem találta helyét az ötvenes évek táncéletében. Ezután talált rá a gyógytornára, nem véletlenül, hiszen ebből a sokgyökerű, komplex mozgásrendszerből több irányba vezetett az út.

A gyógytorna önálló hivatássá válása Európa sok országában, így Németországban és Franciaországban is a második világháború után kapott új lendületet. Magyarország ekkor elszigetelt helyzetében csak a saját hagyományaira támaszkodhatott. Nálunk 1945 előtt nem volt szervezett, államilag elismert bizonyítványt adó gyógytornászképzés, viszont a mozdulatművészeti magániskolák tananyagának egyik alappillére volt Mensendieck higiénikus gimnasztikája, amely alapvetően a civilizációs ártalmak kiküszöbölését célozta, így a magyar gyógytorna a mozdulatművészet alapjaira építkezett. A mozdulatművészek, köztük Kármán Judit is, mind az oktatás megszervezésében, mind a tananyag összeállításában, mind a terápiás munkában vezető szerepet játszottak. Kármán Judit a fiatalabb nemzedék tagjaként a kilencvenes évek végéig sokat tett azért, hogy a magyar gyógytorna nemzetközi elismerést kivívó, egyetemi diplomát adó hivatássá váljon. Nyitott volt az új irányokra, ugyanakkor kutatta a gyökereket is. Egy dániai tanulmányút során Mensendieck-tanfolyamon vett részt. Hazatérése után az eredeti alapokhoz visszanyúlva egyrészt megújította az idők során deformálódott Madzsar-rendszert, másrészt Berczik Sára esztétikus testképző rendszerével bővítette a főiskolai oktatás anyagát. Rendszerének lényegét így foglalta össze könyvében: „Az esztétikus testképzés megtartja Mensendieck szemléletét és a Madzsar-rendszer korrekciós, egészségügyi gondolkodásmódját. Mégis túllép mindezen, önálló formastílussal dolgozik, és követi az esztétikai törvényszerűségeket, amennyiben a mozgásokat, mozdulatokat a tér–idő–erő összefüggéseiben vizsgálja. [...] Elsődleges célja a mozgáskészség kialakítása, mely kinesztézián keresztül jut el a tudatos izomműködésig. Abban különbözik más funkcionális és higiénikus moz-



Kármán Judit néptáncos kosztümben,
1950-es évek, a család tulajdona

³ Lásd LENKEI Júlia: Volt egyszer egy táncnevelési szak. In: *Színház és politika. Színháztörténeti tanulmányok. 1949–1989.* Szerk. GAJDÓ Tamás. Budapest, Országos Színháztörténeti Múzeum és Intézet, 2007.



Kármán Judit gyógytornát tanít az Egészségügyi Főiskolán,
1980-as évek, magántulajdon

gásrendszerektől, hogy a testet esztétikus és természetes formában dolgozza ki. A mozgásfolyamatokat elemző módon közelíti meg, variációs lehetőségekkel gazdagítva a gyakorlatanyagot. Pozitív pszichés hatása több tényezőtől tevődik össze. A tanulási folyamat során kialakul egy olyan testtudat, amelynek birtokában kontrollálni tudjuk mozdulatainkat, uraivá válhatunk saját testünknek. A zenére végzett mozgás öröme sikerélményt ad. Inspiratív tanításra és a gondolkodás sokféleségére nevel. Lehetőséget ad az önkifejezésre és a fantázia szabadságának érvényesülésére.”⁴

Kármán Judit a kilencvenes évek végén ismét kapcsolatba került a táncművészettel, amikor részt vállalt a Magyar Mozdulatkultúra Egyesület és a mozdulatművészeti oktatás újjáélesztésében. Nem rajta múlt, hogy a kezdeményezés nem lett igazán sikeres. Csak remélni lehet, hogy törekvései nem voltak hiábavalók. Szakkönyvei, jegyzetei az egyetemi képzést segítik, egy részük (mint a François Delsarte-ről írt könyve) ma még kiadatlan. A vele készült interjú, amelynek részleteit az alábbiakban közöljük, arról tanúskodik, hogy személyében a gyógytornász szakma kiváló tanárt és szakembert, a magyar mozdulatművészet pedig lelkes hívét és avatott képviselőjét veszítette el.

Detre Katalin

⁴ KÁRMÁN Judit: *Módszerek múltja és jelene. A funkcionális és analitikus testképzéstől a komplex esztétikus mozgásig*. Budapest, A Magyar Mozdulatkultúra Egyesület Mozdulatművész Pedagógusképző Tanfolyamának tanjegyzete. 1995. 41–47.

„A mozdulatművészet hivatalosan nem létezett többé”

Interjú Kármán Judittal

Tánc

Detre Katalin: 1933-ban születél. Mesélj néhány szót a családról – kik voltak a szüleid, honnan indultál?

Kármán Judit: A szüleim polgárok voltak, de az égvilágon semmi közük nem volt sem a mozgáshoz, sem a művészethez, sem a tánchoz. Nekem a háború szörnyű évei után tetszett meg a mozgás. A házunkban lakott egy idős balerina, és anyuval elmentünk hozzá, mert valami ilyesmit szerettem volna csinálni. Tizenkét éves voltam. Megkérdeztük, hogy szerinted hol tudnék balettozni. Mire azt mondta, hogy sehol, mert az én koromban már nem lehet elkezdni. Akkoriban ez a válasz sok szenvedést okozott. Azt ajánlotta, hogy próbálkozzam egy mozdulatművészeti iskolában.

Már nem is tudom, hogyan kerültem Kállai Lili iskolájába.¹ Körülbelül egy évet töltöttem el nála. Tulajdonképpen jólesett az a mozgás, csak valahogy keveselltem. Sokat táncoltunk, különböző kifejező mozgásokat végeztünk, kicsit „proletkult” volt. Annak idején így hívták az olyan jellegű mozgásokat, amelyek pillanatnyi, demonstratív mozdulatokból álltak, mint például „cipelek egy zsákot”, „most azt a zsákot leteszem”. Ezenkívül sokat szaladgáltunk, ugrottunk. Megjegyzem, Fáy Mária, aki balettmester lett a londoni Royal Academyben, szintén Kállai Lilinél tanult. Majd egy alkalommal hívtak, hogy menjek el [Berczik] Sárkához.² Odakerültem, bejártam egy-két órára, és [a két iskola közötti] óriási különbséget már az a kislány is megérezte, aki akkor voltam: hogy Berczik Sáránál egy nehéz, szabályozott technikáról van szó.

D. K.: A Kállai Lili-féle módszer csak improvizációkból állt?

K. J.: Igen, főként improvizáltunk, bár voltak mensendieckes és magyaros gyakorlatok is, taps és zenei ritmusok. De azért nem esküszöm meg rá, hogy ennyi volt az egész, hiszen tizenkét

¹ Kállai Lili (1900–1996) mozdulatművész, koreográfus, táncpedagógus. A Zeneakadémia zongora tanszakán szerzett diplomát, később Freund Ernőnél tanult Dalcroze-módszert, vagyis a zenepedagógia felől közeledett a táncművészet felé. A húszas években külföldön több híres mozdulatművésznél tanult, többek között Rudolf Laban és Mary Wigman módszerével is megismerkedett. 1922-ben nyitotta meg saját iskoláját Budapesten. A laikusképzés mellett tanár- és művészképzéssel is foglalkozott. Iskoláját 1950-ig, a mozdulatművészet betiltásáig működtette.

² Berczik Sára (1906–1999) mozdulatművész, zene- és táncpedagógus, művészi torna mesterredző. Perczel Karolánál és Nirschy Emiliánál klasszikus balettet tanult, majd Ausztriában megismerkedett a mozdulatművészet több irányzatával. 1922-től önálló koreográfiákkal jelentkezett. A fellépések mellett diplomát szerzett a Zeneakadémián. 1932-ben önálló iskolát nyitott, ahol tanárképzés is folyt. A mozdulatművészet betiltása után a Testnevelési Főiskolán a ritmikus gimnasztika válogatott mesterredzője és koreográfusa lett. Emellett a Színház- és Filmművészeti Főiskolán művészi mozgást tanított.

éves voltam! Kezdetől fogva el akartam onnan menni, pláne amikor megláttam, hogy Sári néniél mi van. Leesett az állam. Ott tanítottak a nagyok, akik fantasztikusan tudtak: Szöllősi Ági, E. Kovács Éva.³ Végül elhagytam Kállai Lilit.

D. K.: Megfogalmaznád kicsit pontosabban, hogy mi volt a különbség a Kállai-féle és a Sári néni-féle mozdulatművészet között?

K. J.: A Kállai Lili-féléről olyasvalakit kellene megkérdezni, aki hosszú időt töltött nála. Én mindig dacos kislány voltam, és ha valamit nem bírtam, akkor azt nem bírtam! És én nem bírtam Kállai Lilit. Az első óra után megkértem Sári nénit, hadd járjak hozzá.

D. K.: Hol volt Sári néni órája?

K. J.: A Szent István parkban, a lakásán.

D. K.: Emlékszel esetleg, melyik részen?

K. J.: Kérlek szépen, persze! A park végéből, a Dunapark Kávéház mellett kellett bemenni, egyet fordulni, kicsit továbbmenni, és ott volt a ház, pontosan Budára nézett. Háromszobás lakás volt, az egyik szoba volt az öltöző, a középső szoba volt a tréning-szoba, a harmadikban lakott Sárka férje.⁴ Ez volt az iskola, mert a Teréz körútít lebombázták.

Sárikánál ragadtam. 1945-től 1948-ig jártam hozzá, amikor jöttek az első hírek, hogy be fogják tiltani az egész mozdulatművészetet, a tanfolyamokat is. Ekkor még egyszer, utoljára felvetődött a minisztériumban a gondolat, hogy kellene csinálni egy utolsót, de összesűrítve, tehát nem három évre elhúzva, hanem egy év alatt, reggeltől estig! Éppen bekerültem a legeslegutolsóba, 1949-es diplomával, ez volt az utolsó mozdulatművészeti tanfolyam.⁵ Én voltam a legfiatalabb. Olyanok tanítottak és olyanok vettek részt a tanfolyamon, akik nem tudták, hogy mi lesz velük azután. És kik tanítottak? Ez leírhatatlan. Nem lehetett tudni, hogy mi lesz, akkor jött a nagy változás. Az összes tanáromat nem biztos, hogy fel tudom sorolni: a mozdulatművészetet Szentpál Olga, Szentpál Mária, Hirschberg Erzsébet tanította, ő a Dienes-vonalon volt, a balettet Szalay Karola, a néptáncot Rábai Miklós és Molnár István tanították.⁶ Molnár István⁷ csodálatos, híres néptáncgyűjtő volt, egészen kiváló. Akkoriban két irányzat volt a néptánc területén, amit ők ketten képviseltek, Rábai és Molnár, később csak Rábai maradt, mert Molnár kiöregedett. Akkoriban táncírást is tanultunk, Lugossy Emma tanította.

³ E. Kovács Éva (Elek Jenőné, 1922–) Dienes Valéria, majd Berczik Sára tanítványa, majd ez utóbbinak Szöllősi Ágnessel együtt vezető táncosa. A mozdulatművészetet annak betiltása után ritmikus gimnasztika néven tanítja tovább Mészáros utcai lakásában. Szöllősi Ágnes (1924–2010) Perczel Karola, majd Berczik Sára tanítványa, majd ez utóbbinak vezető táncosa E. Kovács Évával együtt. A mozdulatművészet betiltása utána az Állami Népi Együttes (majd Duna Művészegyüttes) koreográfusa, ugyanakkor a lokálélet (Moulin Rouge, Béke) fellendülésekor megrendelésre is készít koreográfiákat. Több helyen tanított, egyebek mellett a Théba Művészeti Szakiskola táncotagozatának vezetője volt.

⁴ Pap László katonatiszt volt. Lemondott a rangjáról, hogy feleségül vehesse a zsidó felmenőkkel is rendelkező Berczik Sárát. 1949-ben feleségével együtt kitelepítették. 1952-ben halt meg. (Jós Fruzsina szóbeli közlése alapján.)

⁵ Tánc és Mozdulatművészet Tanítóképző Országos Tanfolyam.

⁶ A tanárok névsorából itt kimaradt Berczik Sára.

⁷ Molnár István (1908–1957) táncművész, koreográfus, néptánckutató. 1951 és 1955 között a SZOT Művészegyüttesének művészeti vezetője volt.

D. K.: Ez nagyon érdekes. Most jelent meg egy könyv Labanról.⁸

K. J.: Bizony, Lugossy Emma is a Laban-módszert tanulta.

D. K.: És a zenetanítás?

K. J.: Persze, volt zenetanítás is, még politikai gazdaságtan is volt!

D. K.: Ki tanította?

K. J.: Akkoriban volt egy szerelmem, aki a Színművészetire járt, őt bízták meg, hogy nálunk – ugyan nem politikai gazdaságtant, hanem valami szociálpolitikát vagy mit tudom én, mit, mindegy, valamilyen politikai tárgyat – tanítson. Dobai Vilmosnak hívták. Azt hittem, elájulok, amikor megláttam! Azt nem muszáj tudni, hogy egy évvel később a férjem lett. Ilyen is volt. Volt még néptánc Vadasi Tiborral. Nagyjából ők voltak a tanáraink. Egy év leforgása alatt elvégeztük, szépséges diplomát kaptunk, Duka Antalnéól aláírva a minisztériumból. Ekkor lezártam a tanulóéveket, és ki kellett gondolnom, hogy hogyan tovább.

Akkoriban derült ki, hogy a rendszerben nincs helye a mozdulatművészetnek, mert régi, a múlté, dekadens. Jó pár iskola bezárt, egy-két iskola maradt csak, a legtöbben átnyergeltek más területre. Például Szentpál Olga történelmi társastáncot tanított a Színművészeti Főiskolán. Azt hiszem, egyedül Kovács Éva tartotta meg az iskoláját, a többiek mind elmentek a tornavonalra, vagy ide-oda. A mozdulatművészet hivatalosan nem létezett többé.

Én pedig ott álltam egy mozdulatművészeti diplomával tizennyolc évesen. Ekkor jött a néptánc, ezt is meg kellett tanulnunk, mert ha az ember akkoriban nem tanult néptáncot, akkor tényleg el kellett tűnnie valahová, egy egészen más szakmába. Kállai Lili is elment valamilyen hivatalnoknak, bezárta az iskoláját. A Népművelési Intézetnél voltak különböző tanfolyamok, amiket elvégeztem, egyet, kettőt, hármat, négyet. Akkoriban virágzottak a néptánc-együttesek, az együttesi élet. Divat volt a vállalatoknál a saját táncsoport, felvételiztem az Államvédelmi Hatóság Táncegyüttesébe, ahová fel is vettem, ott roptam a táncosok között egy évig, emellett tanítottam is a néptáncot. Egy héten egyszer-kétszer járogattam, táncsoportokat vezettem, mert pénzt is kellett keresnem. Tehát mozdulatművészetet Sárinál és ezen az említett [mozdulatművészeti] tanfolyamon lehetett tanulni, majd snitt, és jött a néptánc. A néptánc és a balett, merthogy akkoriban ezt a kettőt kellett csinálni.

D. K.: Végül mégis tanulhattál balettozni?

K. J.: Kérlek szépen, igen, balettet is tanultam! Volt egy négyéves délutáni tanfolyam, ami után felvételt nyertem a Balettintézetbe, az esti iskolára. Ezt a tanfolyamot Hidas Hedvig vezette, akivel korábban együtt jártunk a mozdulatművészeti tanfolyamra.⁹ Négy év után kaptam egy balettoktatói diplomát. Ekkor már tudtam balettet és néptáncot tanítani, ekkor férjhez mentem, gyerekeim lettek, így leállt egy kicsit a dolog, bár hívtak sokfelé, például Kovács Éva munkaközösségébe balettet tanítani.¹⁰ Sokan csinálták, de ekkor előjött a makacs énem,

⁸ Rudolf Laban (1879–1958) táncos, táncpedagógus, koreográfus, a táncírás korszerűsítője, a ma is alkalmazott Laban-mozgásrendszer kidolgozója. Önéletrajzi írásaiból készült válogatás 2009-ben jelent meg. LABAN Rudolf: *Táncnak szentelt élet*. Szerk. FUCHS Livia, a kísérő tanulmányt írta: FÜGEDI János. Budapest, L'Harmattan, 2010.

⁹ A Tánc és Mozdulatművészet Tanítóképző Országos Tanfolyamon végeztek mindketten 1949-ben.

¹⁰ 1945 után a magániskolákat államosították, ettől kezdve munkaközösségeként működhettek tovább, ami jelentősen kisebb autonómiát jelentett a korábbi iskolavezetők számára.

és azt mondtam, hogy nem fogom a szülők kénye-kedve szerint ugráltatni a gyerekeket! Nem fejleszthetek, hanem különböző produkciókra kell betanítanom őket, amire rámegy egy egész félév! Ekkor megtorpantam, és azt mondtam, hogy ezt nem! Eddig tartott az életem egyik része.

Gyógytorna

K. J.: ...és akkor egy véletlen kapcsán megtudták a barátaim, többek között egy orvos barátom, hogy gondban vagyok, és megkérdezte: miért nem jössz el gyógytornásznak? Tudok szólni Mancsi néninek [Gál Lászlónénak] az ORFI-ban, gyere el gyógytornásznak!¹¹

D. K.: Gál Lászlóné Madzsar-tanítvány volt?

K. J.: Madzsar-tanítvány. Wald Béláné is, aki szintén az ORFI-ban volt. Ott voltak a [magyar] gyógytorna kezdeteinél, Geguss Kornélia, aki Dienes-tanítvány, tehát orkesztikás¹² volt, szintén. Ők hárman kezdtek el a gyógytorna vonallal foglalkozni.

D. K.: Hány éves voltál, amikor elhívtak gyógytornásznak?

K. J.: Olyan huszonhét éves korom körül, talán 1957-ben, a gyermekbénulás-járvány időszakában. Akkoriban nagyon sok gyógytornászt vettek fel. Felvételizni kellett, féltem, mert már túlkoros voltam, huszonöt év volt a korhatár, én pedig már huszonhét éves voltam. De Mancsi néni egy búbáj volt, és mondta nekem, hogy „Magát én úgyis felveszem!” Elvégeztem a kétéves iskolát, nagyon örültem neki, bár kritikus szemmel néztem a magyar gyógytornára, mert akkor már sok mindent tudtam. Ugyan nem a gyógytornáról, hanem általában a mozgásról, és voltak is fenntartásaim azzal kapcsolatban, hogy mit hogyan tanítanak.

D. K.: Kik voltak a tanáraid?

K. J.: Gál Lászlóné, Wald Béláné, Gardi Zsuzsa és Geguss Kornélia.

D. K.: Gardi Zsuzsa nem Madzsar-tanítvány volt; ő honnan érkezett a gyógytorna területére?

K. J.: Nem tudom, hogy honnan jött, de azt tudom, hogy nagy karriert futott be, Gál Lászlóné őt támogatta, és végül ő lett kinevezve igazgatónak, amikor az iskola átváltozott hároméves főiskolává.

¹¹ Magyarországon 1945 előtt a gyógytornász tevékenység hivatalosan az orvosi gyakorlat része volt, nem létezett önálló gyógytornász szakemberképzés. Az első hat hónapos tanfolyamot 1952-ben indították. 1955-ben indult meg a kétéves, rendszeres képzés, melyet a gyermekbénulás-járvány nagy gyógytornászigénye tett sürgetővé. Az oktatás első vezetője dr. Wald Béláné volt, ő dolgozta ki a traumatológiai tananyagot. 1957 és 1967 között az iskola vezetője Gál Lászlóné Venetiáner Margit lett. 1966-ban korszerű gyógytornászejegyzetet állított össze, melynek gyakorlatanyaga ma is érvényes. 1975-ben a gyógytornászképzés főiskolai szintre emelkedett az Orvostovábbképző Intézet Egészségügyi Főiskolai Karának Gyógytornász Szakaként. A Szak vezetésével dr. Riskó Tibort bízta meg az Egészségügyi Minisztérium. Helyettese és egyben az operatív vezető Gardi Zsuzsa lett. Ma az egyetemi integráció következtében a Főiskolai, majd Egészségtudományi Kar a Semmelweis Orvostudományi Egyetem része.

¹² Az orkesztikáról lásd bővebben e folyóiratszámunkban Vincze Gabriella tanulmányát.

D. K.: Gál Lászlónének mitől volt ilyen nagy befolyása?

K. J.: Mert madzsarista volt, de Waldnak is legalább akkora befolyása volt, mert hol Wald Kata volt az igazgató, hol Gál Mancsi, ez mindig változott. Kommunisták voltak! Egyrészt Gál Mancsi Venetiáner-lány volt, Wald Béla pedig kommunista orvos volt, egy kicsit hasonlított Madzsar József esetéhez, mert egyértelműen kommunisták voltak. Nem is nagyon volt más, aki a vezetésbe bele tudott volna szólni. Ők határozták meg a tananyagot is, volt elmélet, volt anatómia, gyakorlat, minden az égvilágon, orvosokat, anatómust hívtak tanítani, majd a végzetek különböző kórházakban helyezkedtek el.

D. K.: Te például hol?

K. J.: A neurológián, az ideggyógyászatban töltöttem el tizennyolc évet. Akkor úgy hívták, hogy Róbert Károly Közkórház, most pedig a Nyírő Gyula. Volt egy óriási elmeosztály, a valamikori Angyalföldi Tébolyda utóda, idővel különböző részlegeket építettek hozzá. Közben tanítottam a főiskolán, először csak kiküldtek hozzám tanítványokat gyakorlatra, azután behívtak, először félállásra, azután egész állásra, így lettem főiskolai adjunktus.

A Mensendieck-módszer¹³

K. J.: Gyógytornász voltam, és volt egy pályázat, amivel ki lehetett menni Koppenhágába Mensendieck-módszert tanulni.

D. K.: Ez mikor volt?

K. J.: 1984 körül kaptam egy kéthetes ösztöndíjat. Volt szerencsém megnézni egy ilyen Mensendieck-kurzust, amiből kiderült, hogy Koppenhágában bizony ez egy teljesen külön stúdió. Voltak a fizioterapeuták, és voltak a mensendieckesek.

D. K.: Egészen pontosan hol is volt ez így?

K. J.: Ez a világon mindenhol így van, én Dániában voltam, de Hollandiától kezdve Amerikán keresztül Norvégiában, Svédországban, mindenhol van Mensendieck-iskola.

D. K.: Mondanál pár szót arról, hogy mi az a Mensendieck-iskola és mire használják a gyógytornában?

K. J.: „A nagy Mensendieck” kidolgozta, hogy az emberi testtel milyen módon és hogyan kellene helyesen foglalkozni. Elhatárolódott a különböző balettformáktól és egyéb tornáktól, mert nem tartotta egészségesnek azokat. És itt jött az igazi forradalom! Őt tartom a mozdulatművészet anyjának, mert felhívta a figyelmet a „spicc” és a többi testtartás káros következményeire. A mozgást, a balettet nem esztétikai szempontból, hanem az emberi test élettani, anatómiai felépítése szempontjából figyelte – hiszen eredetileg orvos volt! Ebből kiindul-

¹³ Dr. Elisabeth (Bess) Mensendieck (1866–1959) holland-amerikai orvosnő, az élettani-higiénikus gimnasztikai rendszer, egyben az első női tornarendszer kidolgozója.

va dolgozta ki a Mensendieck-szisztémát, amit később több helyen is tanítottak a világban. Vannak Mensendieck-társaságok, amelyek kapcsolatban állnak egymással, összeülnek, konferenciát tartanak stb. A mensendieckesek a következő tárgyakat tanulják: anatómiát, tornát, magát a Mensendieck-anyagot, élettant, zenét...

D. K.: Ennek a módszernek is eleme a zene?

K. J.: Nem. De ez egy érdekes dolog, mert tanulnak zenét, de nem azért, hogy felhasználják! Sok felkiáltójelet tegyél oda!!! Mensendieck azt tanítja, hogy nekem, magamnak kell a saját testemet kontrollálnom. Minden, ami azon túl van, az csak zavar. A testemet magamnak kell felfedeznem. Ezért először tükörben kell megtanulni kontrollálni a mozdulataimat, tükör előtt, hátul, oldalt, mindenhol! A begyakorlás után, amikor már tudom, hogy melyik izmom mit csinál, hogyan történik egy hajlás – melyik izommal irányítom a hogyan –, akkor fogom tudni, hogy hogyan kell tartanom magamat. Ha nem mondom el százszor magamnak a hogyan, és közben nem ellenőrzöm a tükörben, akkor ez nem fog menni! A zene pedig elviszi a figyelmemet a hogyanról. Végeredményben Mensendieck meglehetősen ortodox módon a tornát elsősorban a saját test megismerésének tekintette. Idővel a tudatosságra ráépült az esztétikai szemlélet is, így alakult ki az esztétikus gimnasztika. És ettől a szemlélettől lettek a mensendieckesek az ortopédiában, a nőgyógyászatban stb. profik. Kórházakban a fizioterápiá mellett is alkalmazzák őket, mensendieckesek is foglalkoznak a szülészetben az anyával, a terhességmozgással, a skoliózissal, mindenféle gerincbajokkal stb.

D. K.: Miért maradt ez mégis külön ága a gyógytornászatnak?

K. J.: Azért, mert végül is nem olyan, mint a gyógytorna. A gyógytorna sok segédeszközt használ, és nem olyan precíz, mint a mensendieck. Mert a mensendieck alapja, hogy ha állsz, akkor tudnod kell, milyen izmok dolgoznak.

D. K.: Tehát a tudatosság áll a központban.

K. J.: Az abszolút testtudatosságra nevelés! Pontosan tudni kell, hogy melyik izom mit csinál, és eszerint dolgozni. Hiszen ha nem tudom, hogy ha állok, akkor megfeszítem a combizmomot, és felhúzom a térdkalácsom, akkor abból soha nem lesz egyenes tartás. Tudnom kell, hogy itt meg itt mi mit csinál! Órákat lehet ezzel eltölteni. Persze unalmas akkor, ha nem gondolkodsz, hiszen ehhez a gondolkodás is hozzátartozik. Ezért mondom, hogy ő forradalmár, Mensendieck, nem pedig Madzsar Alice!

D. K.: Persze, ő a tanítványa volt.

K. J.: Így van, és mindenki, Sári néni is járt mensendieckre, mert forradalmi újítás volt. Aztán, valahogy az idők során elveszett a Mensendieckből kiinduló tudatosság. Kezdetben Madzsar Alice-on és Hajós Klárin keresztül (nem is tudom, kit soroljak még ebbe a stílusba!) még érvényesült, majd valahol átalakult. Mindenki csinálta a magáét. Szentpál Olga, Lili is, Sári pedig abszolút! Ő a tánc felé ment, mert művész volt. Mensendieck viszont orvos volt, anatómus és egy zseni, de a tánchoz nem volt sok köze. Valamennyi esztétikusság azért volt benne, ezt ő úgy hívta, hogy esztétikus gyakorlatok, amiben csinált egy-két táncos mozdulatot, de ennyi. Viszont minden háború előtti mozdulatművésznek kellett mensendieckre járnia, mert

ez volt az alapja mindennek, ebből következően minden tanfolyamnak volt anatómiaórája is természetesen.

A kéthetes koppenhágai Mensendieck-kurzusra visszatérve, borzasztó sokat tanultam! Kaptam egy csodálatos könyvet, amiben a különböző alapok vannak lefektetve. Miután hazajöttem, elkezdtem gondolkodni, hogy jó, Madzsar Alice is valami ilyesmire gondolt, de aztán átalakult, és a gyógytorna is elfajult. Rájöttem, hogy a Mensendieck-módszer csodálatos! Egy gerincferdüléssel lány esetében például a lánynak tudnia kellett, hogy a hátizmának melyik részét kell a legjobban dolgoztatnia, miközben nézte a tükörben és folyton javította önmagát. Mert csak a saját magam által elért tudás jelent valamit! Ez a fajta precíz, az egyes izmokra kiterjedő munka fantasztikusan korrigál.

A nem tudatos, utánzásos mozgás – ezért vagyok ellene az aerobicnak és a többinek –, az nem ér semmit. Esetleg a keringést javítja valamennyire, de a gyerekből egy nagy nulla lesz, ha csak összevissza csapja és dobja magát. Mert mi előz meg egy előrehajlást? Őt fázis! Meg kell nyújtózkodni fejtetővel fölfelé, a talpat le kell nyomni... Őt fázis, és akkor jön csak a hajlás, amit kérdés, hogy honnan indítunk! Hogyan haladunk csigolyáról csigolyára lefelé, melyik izom lazít el, melyik izom dolgozik. Ezért lett belőle gyógytorna. Annyira megtetszett nekem, hogy eszerint működtem, a főiskolán is ezt tanítottam, sőt még a tanfolyamon¹⁴ is volt külön Mensendieck-óra, amit egy kicsit untak a hallgatók, de engem nem érdekelt. Unták persze, mert nagyon szájbarágós volt.

Új irányok

D. K.: Dévény Anna¹⁵ ugyancsak mozgásművészeti tapasztalatait használta fel a gyógyításban...

K. J.: Dévény Anna Kovács Éva tanítványa volt, és együtt is dolgozott vele. Rengeteget tett és tesz azért, hogy a gyerekek valahogy talpra álljanak, mert éjt nappallá téve foglalkozik a hendikep gyerekekkel, szóval fantasztikus, amit csinál, de [nála] csak az van, amit ő elképzel, csak az ő irányzata és elképzelése működik.

D. K.: Úgy tudom, hogy nem ért egyet a Pető-módszerrel...

K. J.: A Pető-módszer egészen más gondolkodásmódon alapul, mert nem hisznek benne, hogy a gyerek meggyógyulhat, hanem valamilyen módon normálissá szeretnék tenni az életét, hogy közlekedjen csak úgy, ahogyan bír, és nem akarják az egész világot felfordítani. Tehát – hogyan mondjam – más a szemléletük, azt mondják, sosem lesz a sérült gyerekekből igazán valami, és ehhez kell alkalmazkodni. Panni [Dévény Anna] pedig azt állítja, hogy a gyerekek bizonyos mértékig meggyógyulhatnak. Ő gyógytornászként kezdett, azután ment a művészi vonalra, fordítva, mint én. Kár, hogy kivonja magát [az általános gyógytornászképzésből], mert ő végül is egy valaki.

D. K.: A régi mozdulatművészek később elkülönültek a gyógytorna-oktatáson belül? A Madzsar-féle irány végig megmaradt?

¹⁴ Lásd alább.

¹⁵ Dévény Anna gyógytornász, művészi torna szakedző. Koraszülöttek, sérült gyermekek és felnőttek mozgásrehabilitációjával foglalkozik. Az általa kidolgozott módszer felhasználja a mozdulatművészet alapjait, ugyanakkor a sérült izmokat és inakat speciális manuális technikával regenerálja. Jelenleg posztgraduális képzést tart gyógytornászok számára.

K. J.: A Madzsar-féle szemlélet idővel deformálódott, egy mechanikus gyakorlatsorrá alakult. Mert másod-, harmad- és negyedkézen elromlott a dolog: elindult a Mensendieckből, majd Madzsar is rárakott valamit, azután Gál Mancsi néniék is... Akkoriban ez sokunknak nem tetszett, például Berczik Sárának, Kovács Évának, Dévény Panninak és nekem se. Akkor vetődött fel az ötlet, hogy meg kellene reformálni ezt az egészet, mert ez túl statikus, itt minden csupa izomerő! Gardi Zsuzsának felvettem, hogy dinamikusabban, a teret kihasználva kellene egy esztétikus testképzést csinálni! A kezembe adták az irányítást, és attól kezdve szegény Madzsar Alizka ki lett fúrva, legalábbis a részemről, mert én visszatértem az ortodox Mensendieckhez. Kialakítottam egy inkább berczikes, de a gyógytorna-szemponthoz figyelembe véve esztétikus testképzést. A rendszer – ezt hozzá kell tennem – akkor olyan hajlékony volt, hogy elfogadták, hogy behozzam ezt az úgynevezett esztétikus képzést, amit azóta is csinálnak a főiskolán. [...]

Viszont az is biztos, hogy Madzsar Alice-nak voltak komoly érdemei, mert rengeteg mindent csinált. Koreografált, szegényeken segített, gyógyította a tüdőbetegeket. Nagyon komoly, radikális polgári ember volt, aki a férje mellett csinálta a forradalmat. Mert az, hogy kiment gyárakba, és szegény munkásnőket próbált tornáztatni, az azért nagyon nagy ügy volt.

A főiskola egyre jobban fejlődött, hároméves lett. Addig nem jöhetett külföldről semmi, főttünk a magunk zsírjában, de bizonyos idő után ez szerencsére oldódott. Akkoriban jött egy amerikai gyógytornász kolléga [Nelson Coffey¹⁶], és felnyitotta a szemünket, hogy mi minden van még és még és még a világban! Ezt Balogh Ildikó¹⁷ – nem tudom, ismered-e – felkapta, és viszonylag forradalmi dolgot csinált. Élettanilag bizonyította be [a gyógytorna hatásmechanizmusát], írt is egy könyvet erről *Mozgás ABC* címmel,¹⁸ és [egy új módszert] is behozott, a tulajdonképpeni mozgásanalízist, ami addig nálunk nem volt. Ezek forradalmi dolgok voltak... Aztán egy kicsit meg is bánták [a kollégák], mert Ildikó nagyon ügyesen és jól csinálta ezt a dolgot.

Fizioterápia

K. J.: Szóval ez az amerikai fiú rengeteg dologra nyitotta ki a szemünket. [...] Az amerikai módszerre tanított minket, ami számunkra nagyon új volt. Akkoriban már nem úgy hívták, hogy gyógytorna, hanem úgy, hogy fizioterápia, ami magában foglalta az elektrót, a balneót és a mindenféle fizikai terápiákat. Külföldön is külön iskola volt a fizioterápia és a mensendieck. Mind a kettőt használták, bár a mensendiecket csak egy kiegészítő valamiként, a lényeg, a fizioterápia mellett, amiben minden benne van: a kezelések, a súlyok, a szerek, minden. De ez már más, mint ami nekünk valamikor régen a gyógytorna volt, egy csomó minden más is belekerült. Az alapelveiben is nagy különbségek vannak.

D. K.: Milyen volt a régi gyógytorna?

K. J.: A régi gyógytornában benne volt a Madzsar-anyag, és a Madzsar-anyagot adaptálták a különböző betegségekre, vagyis a Madzsar-elvek alapján dolgozták ki, hogy a töréseknél, a gerincproblémáknál, a skolioziséknél és egyebeknél, hogyan kell aktívan vagy passzívan mozgatni.

¹⁶ Nelson Coffey amerikai fizioterapeuta. A hetvenes évek végén tartott tanfolyamot a Gyógytornász Főiskolán.

¹⁷ Balogh Ildikó, gyógytornász. 1975-ben végzett a Madzsar Alíz Gyógytornászképzőben, a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Kar Fizioterápiai tanszékének docense, Többek közt elnöke a Magyar Gyógytornászok Társaságának, a Gyógytornászok Világszövetsége (World Confederation for Physical Therapy) európai régiója Oktatási Bizottságának tagja.

¹⁸ BALOGH Ildikó: *Mozgás ABC. Kineziológiai alapismeretek*. Budapest, Tillinger Péter kiadása, 1999.

D. K.: És az újban?

K. J.: Az újban elemien más a szemlélet, sokkal több az elméleti tudás. A korábbi inkább tapasztalati volt, amihez jött az elméleti tudás, plusz a különböző mechanikai lehetőségek, amelyek segítették a gyógytornászt. Más volt. Sokat tanultunk az amerikai módszerből. Azonban manapság sajnos egyre rosszabb az alapanyag, mert mindenkit felvesznek [a főiskolára]. Annak idején alkalmassági vizsgát kellett tenni, most semmi nincs. Most az az elv, hogy mindenkit felvesznek, és olyan buták, hogy szörnyű. A kolléganőim sokat kínlódnak. Olyan szinten vannak itt a hallgatók, mintha a középiskolában nem tudna írni, olvasni valaki. Azért ezt nem szabadna!

D. K.: Magát a gyógytornászképzést hogyan ítéled meg?

K. J.: Rendben van. Csak kevés az idő, és nagyon rossz az alapanyag, nehéz velük dolgozni. Most már van angol nyelvű képzés is. Összevissza, mindenféle országból jönnek, alig tudnak angolul, de azért jönnek, és a kolléganők nagyon-nagyon sokat dolgoznak, hogy valamit kihozzanak belőlük... Régen azért megnéztük, hogy kit veszünk fel. Beszélgetés, tapintásvizsgálat, orvosi vizsgálat is volt.

D. K.: Mit jelentett a tapintásvizsgálat?

K. J.: Mindenféle fajta anyagot vittünk be, a felvételizőnek be kellett hunyia a szemét, és megállapítania, hogy érzékeli-e, hogy ez selyem, fa, vagy mit tudom én, hogy mi. És ha például nagyon izzadt a keze, akkor is eltanácsoltuk, mert az ebben a szakmában nagyon kellemetlen. Aztán voltak koordinációs vizsgálatok és gyakorlatok, ennyi volt a felvételi. De tíz éve nem vagyok benne a dologban, azt tudom elmondani, amit a kolléganőimtől tudok.

A Mozdulatkultúra Egyesület

D. K.: Mesélnél arról, hogy honnan indult a Mozdulatkultúra Egyesület,¹⁹ volt-e kapcsolat a második világháború után a régi mozdulatművészek között, és hogyan kelt életre az 1990-es években?

K. J.: 1993-ban összehívtak minket, Kovács Évát, Berczik Sárát, Dienes Gedeont,²⁰ Szöllősi Ágnes és még nem tudom, ki volt, biztos volt még... De ez volt a lényeg. Leültünk és megtárgyaltuk, hogy hogyan lehetne feléleszteni a Mozdulatkultúra Egyesületet, hogyan lehetne komoly stúdiomot csinálni belőle. Ekkor megpróbáltam megkönyvékezni az iskolámat, hogy be tudnának-e venni vagy szponzorálni minket.

¹⁹ Az első Mozdulatkultúra Egyesület (sic!) 1928-ban alakult azzal a céllal, hogy a mozdulatművészetet önálló műfajként elismertesse. Az Egyesületet és magát a mozdulatművészetet 1945 után mint dekadens, polgári műfajt betiltották. 1993-ban elkötelezett hívei újra életre hívták Magyar Mozdulatkultúra Egyesület névvel, azzal a törekvéssel, hogy a magyar mozdulatművészet értékes hagyományait megmentsék, és átadják az újabb generációknak.

²⁰ Dienes Gedeon (1914–2005) Dienes Valéria fia, kezdetben mozdulatművész, később tánc történetész és kritikus. Minthogy több nyelven beszélt, a Nemzetközi Tánc tanács főtáncárhelyettese és a Tánc Világszövetsége Végrehajtó Tanácsának tagja, több hazai és külföldi könyv, lexikon és folyóirat szerkesztője volt.

D. K.: A Gyógytornászképzőre gondolsz?

K. J.: Igen, és főleg magára az Egészségügyi Főiskolára. Kértük, hogy engedjék meg nekünk, hogy indíthassunk egy új diplomás stúdiumot. Úgy gondoltuk el, és úgy is hirdette meg a Főiskola ezt a tanfolyamot, hogy folyamatban van a diploma engedélyezése. Folyamatban volt, de előre mondom neked, hogy nem sikerült diplomás képzéssé emelni! Viszont sikerült két mozdulatművészeti tanfolyamot tartani, ami egyszerűen fantasztikus volt. Akkor még éltek a nagyok, és melléjük jött a művészettörténet, a zene, az összes mozdulatművészeti ág, az anatómia, és minden az égvilágon! Dienes Gedeon orkesztikát, Kovács Éva, Berczik és jómagam a saját stílusunkat, Szöllősi Ági pedig jazz-balettet tanított. Egyszóval fantasztikus képzést kaptak a diákok. Jelentkező is sok volt, mert mindenki, aki korábban Berczik- vagy Kovács-tanítvány volt, özőnlött hozzánk.

D. K.: Dévény Anna nem tanított?

K. J.: Nem, ő mindig külön utakon járt, de nagyon sokan részt vettek a tanításban, olyanok, akik részben a sport területéről jöttek, részben Berczik Sári tanítványai voltak, például Bencze Marika.²¹ A második tanfolyam indításakor a Kari Tanács véget vetett a képzésnek, mert úgy találta, hogy semmi köze az egészségügyhöz, és nem ad ezért diplomát. Úgyhogy nagy-nagy fenékre ülés lett a vége.

A másodikban már benne volt Fenyves Márk és Pálosi István is.²² Megpróbálták továbbvinni, de nem tanfolyamként, hanem a Magyar Mozdulatkultúra Egyesület keretében. Egy darabig sikerült is nekik, de aztán valahogy az egész dolog leült. Ebben szerepet játszott Berczik Sára halála, majd Kovács Éva komoly betegsége. Egy idő után a fiúk összevesztek Kovács Évával, később Szöllősi Ágival is... Csak én maradtam, de most már én sem vagyok tevékeny. Legvégül pedig már az igény is hiányzott. Amíg Sárka élt, addig legalább volt igény a képzésre! Hiszen a személye hatalmas vonzóerőt jelentett, nélküle ezt már – főleg diplomát adó képzés nélkül – nem lehetett tovább csinálni.

*Az interjút készítette Detre Katalin
Szerkesztette Páll Evelin*

²¹ Gilliczéné Bencze Mária Nívó-díjas táncpedagógus, Berczik Sára tanítványa, majd asszisztense. Művészi tornát oktat kisgyermekkortól több helyszínen a mai napig.

²² Fenyves Márk, Pálosi István – táncművészek, koreográfusok és táncpedagógusok. A magyar mozdulatművészet, ezen belül kiemelten Dienes Valéria és Berczik Sára elméleti és gyakorlati örökségének őrzői és továbbfejlesztői.